hospiz post

hospizverein coburg

Frühling / Sommer 2022

THEMEN & HOSPIZARBEIT / KULTUR & BUCH / VERANSTALTUNGEN

hospiz post

Inhalt

Editorial . . . . . Seite 3

THEMEN & HOSPIZARBEIT

Über den Umgang mit Trauer am Arbeitsplatz
von Koordinatorin
Barbara Brüning-Wolter. . . . . Seite 4

Hospizverein aktuell
Die Termine von Trauercafé,
Trauergruppen & Co.
. . . . . Seite 7

Von unserer Heimat
Koordinatorin Annette Hofbauer hat sich
Gedanken um einen großen Begriff
gemacht. . . . . Seite 8

Vier Buchstaben für den letzten Lebensweg: SAPV Coburg
von Hospizbegleiterin
Ursula Herpich. . . . . Seite 10

Das Meer als letzte Ruhestätte
Hospizbegleiter haben sich mit
Angehörigen über Seebestattungen
unterhalten. . . . . Seite 12

Menschen im Hospizverein – Teil 11
Wir stellen vor: Elvira Beck,
Susanne Sachse und Lisa Stelzner.
von Hospizbegleiter
Dieter Schäfer. . . . . Seite 16

Er kann „so was“
Patrick Kraus, 26 Jahre alt,
ist Experte für den Coburger Friedhof.
von Cornelia Stegner. . . . . Seite 22

Besondere Orte, ganz nah
Der Thieracher Garten &
Ein Interview mit Carola Rückert.
von Kathrin Blechschmidt. . . . . Seite 24

Die hat doch eine Meise!
Über eine tierische Begegnung
und deren Folgen berichtet
Hospizbegleiterin
Petra Els-Roschlau. . . . . Seite 28

KULTUR & BUCH

Neue Bücher

Empfehlungen
von Barbara Brüning-Wolter
und Karla Hahnemann. . . . . Seite 30

Impressum . . . . . Seite 32

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Hospizbegleiterinnen und -begleiter, liebe Mitglieder und Freundinnen und Freunde des Hospizvereins,

viele Menschen fühlen sich seit längerer Zeit wie in einem Dornröschenschlaf, in den sie durch äußere Umstände – Corona – versetzt wurden. Jetzt möchten wir doch gerne erwachen und hoffen auf den Frühling. Voller Pläne und mit viel positiver Energie startete der Hospizverein ins neue Jahr. Aber, wie in letzter Zeit häufig, wurden unsere Pläne wieder einmal geändert. Die Mitgliederversammlung im Januar 2022 musste erneut verschoben werden. Wir hoffen nun auf den Frühsommer – und suchen immer noch eine erste Vorsitzende oder ersten Vorsitzenden für unseren Hospizverein.

Andere Pläne nehmen hingegen Gestalt an. Schon seit längerer Zeit wünschen wir uns ein neues, barrierefreies Domizil mit größeren Veranstaltungsräumen, um den Bestimmungen und unseren Bedürfnissen gerecht werden zu können. Jetzt wird es wohl konkret. In den Räumen der ehemaligen Tanzschule Weinberg hoffen wir, eine neue Heimat zu finden. In der nächsten HOSPIZPOST berichten wir über die Umsetzung. Oder: Sie besuchen unsere Mitgliederversammlung, die voraussichtlich im Mai oder Juni stattfinden wird.

Ihnen wünschen wir nun viel Vergnügen beim Lesen unserer Hospizpost. Wir freuen uns über Rückmeldungen.

Bleiben Sie hoffnungsvoll, gesund, glücklich und mutig!

Mit herzlichen Grüßen aus dem Hospizbüro,

Ihre Barbara Brüning-Wolter
Koordinatorin im Hospizverein Coburg e.V.

Über den Umgang mit Trauer am Arbeitsplatz

von Koordinatorin Barbara Brüning-Wolter

Rund eine Million Menschen sterben jährlich in Deutschland. 140.000 Menschen stehen zu diesem Zeitpunkt noch in einem Arbeitsverhältnis. Sie hinterlassen trauernde Arbeitskollegen und -kolleginnen, die sofort oder nach kurzer Zeit wieder in ihren Arbeitsalltag zurückkehren müssen.

Darüber hinaus erleiden rund 100.000 junge Eltern jährlich Fehl- oder Totgeburten. Auch diese Eltern stehen meistens im Arbeitsleben.

So bleibt in Betrieben eine Auseinandersetzung mit den Themen Sterben, Tod und Trauer nicht aus. Sie sollten sich damit beschäftigen. Warum? Zum einen geht es um das Unternehmen und die Führungskräfte. Sie benötigen zu diesen Themen Wissen und Orientierung und sollten sich auf unerwartete Situationen und Krisen im Team vorbereiten. Dabei müssen sie die Auswirkungen

„Es gibt keine Checkliste, nach der alles abzulaufen hat.“

von Tod und Trauer auf Menschen erkennen und verstehen. Gleichzeitig werden Unsicherheiten bezüglich des Umgangs mit Trauernden abgebaut und somit letztendlich Führungskompetenzen gefördert. Durch die betriebliche Legitimation, die Anerkennung von und den Umgang mit persönlichen Krisen wird nicht zuletzt ein positives Unternehmensimage gestärkt.

Zum anderen geht es um die Arbeitnehmer, um Mitarbeiterfürsorge, denn: Trauer braucht Wertschätzung. Trauer braucht Kollegialität und Vertrauen untereinander. Werden Trauerreaktionen anerkannt und Trauer nicht als Krankheit stigmatisiert, werden Ausfallzeiten verringert und die Mitarbeiterbindung gestärkt.

Schwere Erkrankungen und Todesfälle im Kollegenkreis stellen Arbeitgebende und Arbeitnehmende vor neue und unerwartete Situationen und Fragen. Sei es der Verlust der Ehefrau eines Arbeitskollegen, der Tod eines Kindes der Arbeitskollegin oder gar der Suizid eines Mitarbeiters. Wie soll oder möchte der Kollege, die Kollegin auf ihren Verlust angesprochen werden? Wie wird richtig kondoliert? Hätte der Suizid des Kollegen verhindert werden können?

Durch Trauer am Arbeitsplatz entstehen Veränderungen für einzelne Personen, aber auch für Teams, Abteilungen und Gruppen. Es entstehen Unsicherheiten und Sprachlosigkeit. Es kommt vielleicht zu eingeschränkter Arbeitsfähigkeit durch Konzentrationsschwäche oder Überforderung. Auch längere Ausfallzeiten belasten das Arbeitsumfeld. Rollen und Aufgaben verteilen sich neu oder Arbeitsabläufe ändern sich. Neben der Entstehung möglicher Konfliktsituationen kann es aber auch zu einer höheren Sensibilität und neuen Fürsorge im Team kommen.

Jeder Todesfall in einem Unternehmen ist einzigartig. Es gibt keine „Checkliste“, nach der alles abzulaufen hat. Aber es gibt Haltungen, Aufgaben und Kommunikationswege sowie einen empathischen und wertschätzenden Umgang mit Betroffenen.

Es ist zu klären: Was passiert, wenn eine Todesnachricht im Unternehmen bekannt wird? Wer gibt welche Informationen wohin weiter? Was kann die Führungskraft für ihr Team tun? Wie kann die Führungskraft die unmittelbar Betroffenen unterstützen? Welche organisatorischen Fragen sind zu klären?

Eine Umfrage bei betroffenen Personen sowie langjährige Erfahrung aus Trauergruppen hat ergeben, dass persönliche Anteilnahme am meisten hilft. Ebenso wie Unterstützung, Empathie und Akzeptanz durch Kollegen und Vorgesetzte und eine gute Wiedereinstiegsmöglichkeit in den Arbeitsalltag. Verletzungen ergeben sich jedoch durch Schweigen, Sprachlosigkeit und Ignoranz.

Der Bundesverband Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister in Deutschland e.V. hat dazu die Broschüre „Vom Umgang mit Trauer am Ar-

beitsplatz“ herausgegeben. Hier wird eine gute Rückkehr an den Arbeitsplatz an Hand des Wortes **BEILEID** dargestellt:

B – wie **Beziehung** gestalten, Bedürfnisse erfragen

E – wie **empathische** Kommunikation, Ernstnehmen aller Gefühle

I – wie **Individualität**: Jede/r ist anders! Informationen einholen!

L – wie **Logistik** der Organisation und Struktur

E – wie **Entspannung**, Entlastung

I – wie **Interesse** bekunden, Integration des Geschehenen

D – wie **Dauer** beachten, dranbleiben

Wie heilend es sein kann, Trauernden Empathie und Zuwendung zu schenken, sei an dieser Stelle noch einmal abschließend betont. Warum fällt es manchmal so schwer, jemandem Beileid zu wünschen? Es heißt doch einfach nur: Ich bleibe BEI dir in deinem LEID.

Barbara Brüning-Wolter
Koordinatorin

Weiterführende Literatur

Bücher

- Franziska Offermann, Wenn Kollegen trauern, Kösel Verlag, 2016
- Petra Sutor, Trauer am Arbeitsplatz, Patmos Verlag, 2020

Broschüren

- Vom Umgang mit Trauer am Arbeitsplatz herausgegeben vom Bundesverband Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister Deutschland e.V. (VEID)
- Trauer am Arbeitsplatz herausgegeben von der Hamburger Gesundheitshilfe, Beratungsstelle CHARON

QR-Code scannen und PDF aufrufen

Hospizverein aktuell

Kunst im Hospizverein
Die Ausstellung von Gertrud Plescher-Fahnler wurde verlängert. Wir senden also gerne weitere **„Lebenszeichen“**. Montag bis Freitag von 9 bis 12 Uhr oder nach Absprache.

Trauern im Hospizverein
Bitte melden Sie sich zu den Gruppenveranstaltungen an!

• Trauercafé
Unser Trauercafé in **Coburg** findet jetzt an vier und nicht, wie sonst üblich, an zwei Terminen in unseren Räumen statt. Jeden ersten und dritten Mittwoch im Monat von 9 bis 12 Uhr oder von 15 bis 17 Uhr.
In **Neustadt bei Coburg** treffen wir uns jeden ersten Freitag im Monat von 15 bis 17 Uhr in den Räumen des Evangelischen Kirchengemeindehauses Neustadt.

• Trauergruppen
Ein **Gesprächskreis für junge Trauernde** trifft sich in der Regel jeden zweiten Montag im Monat um 18 Uhr im Hospizverein Coburg e.V.
Die **Trauergruppe für Frauen** trifft sich jeden vierten Dienstag im Monat um 10 Uhr in den Räumen des Hospizvereins in Coburg.
Ein **Gesprächskreis für Trauernde** trifft sich jeden dritten Mittwoch im Monat um 17 Uhr im AWO Treff in Bad Rodach.

Die Termine der offenen **Trauergruppe für Kinder und Jugendliche** sind im Moment in Planung. Es finden zwei Treffen im Monat statt.

Unser Hospizdienst sorgt dafür, dass niemand alleine sterben oder trauern muss.

Wir sind den Menschen nah mit:
• Beratung
zu Themen wie häusliche Versorgung, Palliative Care oder Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht.
• Sterbebegleitung
Geschulte Hospizbegleiter/innen kommen ins Haus, in Alten- und Pflegeheime, ins Krankenhaus oder ins stationäre Hospiz.
• Trauerberatung
Trauerbewältigung braucht Zeit. Wir geben den Trauernden einen geschützten Raum für Gespräche.
• Trauerberatung von Kindern und Jugendlichen
Kinder und Jugendliche benötigen wachsame Menschen an ihrer Seite. Wir begleiten sie und ihre Familien auf dem Trauerweg.
• Bildung mobil
Wir kommen in Schulen, Gemeinden oder Pflegeeinrichtungen und bieten Vorträge, Schulungen, Gesprächsrunden und Projekte.

Hospizbegleiter/in werden
Für die verantwortungsvolle Tätigkeit der ehrenamtlichen Hospizbegleiter/innen bieten wir eine fundierte Schulung an. Das nächste Seminar beginnt im Herbst 2022.

Vereinbaren Sie mit uns einen Termin:
Tel. 09561 790533
mail@hospizverein-coburg.de

Von unserer Heimat

Koordinatorin Annette Hofbauer hat sich Gedanken um einen großen Begriff gemacht.

Neulich ist mir dieser Spruch nicht mehr aus dem Kopf gegangen: „Wenn die Fremde Heimat wird, wird die Heimat fremd“. Kurz darauf, bei einer Spazierrunde, kam das Gespräch auf das Thema Umzug: auf Orte, an denen man aufgewachsen ist, Orte, an denen man schon gelebt hat und an denen man jetzt lebt. Was davon ist Heimat?
Das Gefühl werden viele kennen: Man fährt nach längerer Zeit mal wieder zu seinem Geburtsort oder in das Dorf, in dem man aufgewachsen ist. Geräusche oder Gerüche versetzen einen in die Vergangenheit. Zum Beispiel wenn die Kirchenglocken läuten. Oder ein Bummel durch die Stadt, in der man zur Schule gegangen ist: Damals war die Stadt nicht so hübsch. Oder erscheint sie in einem anderen Licht? Alles ist vertraut, aber doch ein bisschen fremd.

Danach verfolgt mich der Begriff Heimat regelrecht. Im Radio höre ich Heimat-Sound, ein Heimatmuseum wirbt für die neue Ausstellung, ein Heimatpfleger für den Erhalt der Dorfstruktur, der Verein Heimatvertriebener trifft sich und ein Freund schwärmt vom Treffen in der alten Heimat. In den Nachrichten sehe ich viele hunderte Flüchtlinge – sie haben keine Heimat mehr.

Im Begriff Heimat steckt das germanische Wort „heim“, welches „Dorf“ oder „Haus“ bedeutet. Heimat stehe für das Elternhaus, sagte mir dazu jemand spontan. Oder für ein Gefühl von Zuhausesein. Manche Menschen können den Begriff für sich gar nicht definieren: „Hat was mit wohlfühlen zu tun, mit vertraut sein.“ Oder sie sagen ganz konkret: „Ich kann es mir überall gemütlich und heimelig machen und hab meine Heimat immer dabei“. Manche sagen auch: „Meine Wahlheimat ist Italien“. Oder: „Mein Geburtsort ist nicht meine Heimat – die hab ich ganz für mich selbst gefunden.“

„Heimat wird oft an einem Ort festgemacht. Sie kann aber auch eine innere Haltung, eine Emotion oder ein gemeinsamer Wert sein.“

„Heimat ist etwas, das sich finden lässt, wenn man es sucht“, lese ich in einer Zeitschrift. Das Zitat stammt vom Geschäftsführer des bayerischen Landesvereins für Heimatpflege, Rudolf Neumaier. Die Entscheidung, an einem Ort zu bleiben oder weiter zu ziehen, könne selbst gewählt, aber auch unfreiwillig sein. Das zeige die Geschichte mit Völkerwanderung, Flucht, Vertreibung und Globalisierung.

Um wieder Fuß zu fassen und heimisch zu werden, sind zwei Dinge wichtig: die Bereitschaft, sich einzuleben, aber auch willkommen zu sein.

Ein wehmütiger Blick auf das „Verlorene“ kann dennoch einen positiven Blick auf das „Kommende“ zulassen. Das passt zu den vielen Abschieden, die wir im Leben erfahren – und worum es in unserem Hospizverein auch geht. Neue Erfahrungen fragen uns nicht immer, ob sie gemacht werden wollen. Der Verlust eines geliebten Menschen kann uns vorübergehend entwurzeln, halt- und heimatlos machen. Kann ich allem, wovon ich mich verabschieden muss, einen guten Platz in meinem Herzen und in meiner Erinnerung geben, so ist auch Platz für Neues. Es ist immer ein Prozess und wandelbar. Und das kann auch für das stehen, war wir mit Heimat verbinden.

Heimat wird oft an einem Ort festgemacht. Sie kann aber auch eine innere Haltung, eine Emotion oder ein gemeinsamer Wert sein. Oder alles zusammen. Hier im Hospizverein teilen wir eine gedankliche Heimat. So verschieden wir sind, eint uns die Sorge um schwer kranke Menschen, um Sterbende und um Trauernde. Und dass wir diese Haltung in die Welt tragen wollen. Manchen Menschen können wir vorübergehend einen Ankerplatz bieten, bevor sie hoffnungsvoll ihren Weg in heimatliche Gefilde einschlagen können.

Annette Hofbauer
Koordinatorin

Vier Buchstaben für den letzten Lebensweg: SAPV Coburg

von Hospizbegleiterin Ursula Herpich

Keiner wartet auf das Ende des Lebens. Und trotzdem wird es passieren. Vielleicht wird es so sein: Eines Tages eröffnet uns ein Arzt oder eine Ärztin, dass man leider nichts mehr für uns tun könne. Wenn dann der Rest des Lebens beginnt, den wir, wie die meisten Menschen, zuhause verbringen möchten, dann dürfen wir auf die Spezialisierte Ambulante Palliativ-Versorgung, kurz SAPV, hoffen.

„Die SAPV Coburg versteht sich als Einrichtung, die schwerstkranken Patienten Lebensqualität und Selbstbestimmung erhalten, fördern und verbessern will. Bis zu ihrem Tod soll ein menschenwürdiges Leben in der häuslichen Umgebung oder anderen Institutionen wie Pflegeheim, Hospiz oder Krankenhaus ermöglicht werden", erklärt Caroline Scholz, die als Geriatrie- und Palliativfachkraft sowohl in der Palliativstation des Klinikums als auch bei der SAPV arbeitet. Die Spezialisierte Ambulante Palliativ-Versorgung, deren Leistungen seit 2008 gesetzlich in Deutschland verankert sind, wurde im Jahr 2015 in Coburg von Professor Johannes Kraft mit zunächst vier Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ins Leben gerufen.

Professor Kraft hatte sich als Leiter der Geriatrie schon seit Mitte der 1990er Jahre im Zuge eines Ausbaus der geriatrischen Station und der Palliativstation mit der Gründung eines ambulanten Palliativteams beschäftigt. Mittlerweile existiert ein Team von 16 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Aktuell werden 110 Menschen in Stadt und Landkreis Coburg durch die SAPV betreut.

Das SAPV-Team besteht aus sechs Ärzten mit Qualifikationen in der Palliativmedizin, speziell ausgebildeten Pflegekräften, zwei Fachangestellten in der Koordination, einem Seelsorger sowie einer Sozialpädagogin. Ärzte und Pflegekräfte arbeiten in 24-stündiger Rufbereitschaft. Eine Pflegedienstleiterin koordiniert die Einsätze, bei denen nicht nur Symptomlinderung für die Patienten gefragt ist. Auch bei emotionaler und spiritueller Belastung – sowohl des Patienten als auch der Angehörigen – wird das SAPV-Team tätig.

„Diagnose und Symptomlage müssen gesetzte Kriterien erfüllen."

Jeden Morgen trifft sich das Team in den Räumen der SAPV am Gustav-Hirschfeld-Ring 5, um das Vorgehen für die einzelnen Patientinnen und Patienten zu planen und Neuigkeiten aus der vorangegangenen Rufbereitschaft zu besprechen. Je nach Lage führen anschließend zwei Pflegeteams Hausbesuche durch, bei Notwendigkeit begleitet von einem Arzt oder Ärztin oder einem Seelsorger. Dabei geht es nicht nur um Besuche am Krankenbett. Es müssen viele Dinge für die zu begleitenden Menschen erledigt werden: Telefonate, Beratungen von Pflegediensten, Dokumentationen, das Ausstellen von Rezepten, das Besorgen von Hilfsmitteln oder eine Koordination mit anderen Einrichtungen.

Die segensreiche Einrichtung der SAPV hat sich herumgesprochen. Die Nachfrage sei mittlerweile sehr hoch. „Wir müssen zum Teil schon auswählen. Diagnose und Symptomlage müssen gesetzte Kriterien erfüllen", so Caroline Scholz. Außerdem müsse eine Verordnung vom jeweiligen Haus- oder Facharzt vorliegen, damit die Kosten von den Krankenkassen übernommen werden. Die Palliativfachkraft betont auch, dass die SAPV nicht den Hausarzt ersetzt. Dieser sei für den Patienten oder die Patientin nach einer Entlassung aus der Klinik in jedem Fall der erste Ansprechpartner. „Idealerweise ergänzen sich Hausarzt und SAPV, um die Lage eines unheilbar kranken Menschen so komfortabel wie möglich zu gestalten", so Caroline Scholz weiter. Per Patientenverfügung könne jeder Mensch festlegen, bei bestimmten Krankheitszuständen lediglich lindernde pflegerische Maßnahmen erhalten zu wollen. Die Mitarbeitenden der SAPV sind darauf spezialisiert, Menschen auf der Zielgerade des Lebens zu betreuen – damit das Ende bestmöglich gestaltet werden kann.

Spezialisierte Ambulante Palliativ-Versorgung
(SAPV) am REGIOMED Klinikum Coburg
Gustav-Hirschfeld-Ring 5
96450 Coburg
Tel. 09561 22 5400
E-Mail: sapv@regiomed-kliniken.de

Ursula Herpich
Hospizbegleiterin

Das Meer als letzte Ruhestätte

Hospizbegleiter Dieter Schäfer und Hospizbegleiterin Kathrin Blechschmidt haben sich mit Angehörigen über Seebestattungen unterhalten.

Seebestattungen gehören eigentlich zur Seefahrer-Tradition. Die Vorstellung, die eigene Asche dem Meer zu übergeben, übt aber in den letzten Jahrzehnten auf immer mehr Menschen eine große Faszination aus. Aktuelle Schätzungen gehen von bis zu 20.000 Seebestattungen pro Jahr in Deutschland aus.

Die Neu-Coburgerin Kristina Kirstein hat bereits an drei Seebestattungen teilgenommen. Im November 2019 hat sie die Urne ihres verstorbenen Ehemannes vor Warnemünde den Wellen der Ostsee übergeben.

Frau Kirstein, ihr Ehemann hat sich gewünscht, in der Ostsee bestattet zu werden. Sie wohnten damals in Berlin. Wann und wie ist dieser Wunsch entstanden?

Mein Mann und ich waren schon immer richtige Ostsee-Fans. Im Sommer wie im Winter waren wir an der Ostsee – im Urlaub, aber auch an fast jedem freien Wochenende. Das war von Berlin aus kein großer Umstand. Der Betrieb, in dem ich zu DDR-Zeiten gearbeitet habe, hatte eine Ferienwohnung an der Ostsee, die den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zur Verfügung stand. Man kann also ohne Übertreibung sagen, dass die Ostsee so etwas wie unsere zweite Heimat war. Trotzdem wäre mein Mann ohne einen Anstoß von außen wahrscheinlich nicht auf die Idee gekommen, seine Urne im Meer beisetzen zu lassen.

Wer hat diese Anregung gegeben?

Vor rund fünfzehn Jahren ist ein guter Freund unserer Familie gestorben. Ich habe an seiner Seebestattung teilgenommen. Nach meiner Rückkehr habe ich meinem Mann ganz begeistert geschildert, wie die Trauerfeier und die Beisetzung abliefen. Wir wussten beide sofort, dass diese Art der Beisetzung auch sehr gut zu uns passen würde. Schließlich hatten wir einen intensiven Bezug zum Meer. Uns war der Gedanke sehr sympathisch, dass sich niemand um die Grabpflege kümmern muss. Ich habe in einer Verfügung schriftlich festgelegt, dass meine Urne eines Tages an der gleichen Stelle in der Ostsee versenkt wird wie die meines Mannes. Ich kenne ja die genauen Koordinaten.

Wie ist die Bestattung Ihres Ehemannes abgelaufen?

Die Organisation wurde komplett von einem Berliner Bestattungsunternehmen übernommen. Das Krematorium, die Überführung der Urne, einfach alles. Eine kleine Unsicherheit gab es hinsichtlich des Termins, weil die Schiffe bei Sturm nicht auslaufen können. Bei uns hat aber alles perfekt geklappt.
Insgesamt bestand die Trauergemeinde, die mit auf das Schiff gegangen ist, aus 27 Personen. Die Urne stand an Bord der MS Undine auf einem kleinen Tisch, sehr liebevoll mit Blumenschmuck dekoriert. Mein Sohn hatte sich entschieden, die Trauerrede für seinen Vater zu halten. Gerade als er beginnen wollte, riss die Wolkendecke auf und ein Sonnenstrahl traf Urne und Blumenschmuck – ein wirklich bewegender Moment. Nach der sehr persönlichen und emotionalen Trauerrede meines Sohnes hat der Kapitän die Urne zu Wasser gelassen, begleitet vom Läuten der Schiffsglocke. Das war sehr ergreifend!
Zurück an Land sind wir mit allen Trauergästen in ein Restaurant gegangen, um gemeinsam zu essen, so wie es auch bei einer traditionellen Friedhofs-Beisetzung üblich ist. Dabei wurde intensiv über die gerade erlebte Seebestattung gesprochen. Alle Trauergäste äußerten sich sehr positiv, und einige sprachen sogar von einer „traumhaft schönen Zeremonie“.

Es ist jetzt rund zweieinhalb Jahre her, dass die Urne Ihres Ehemannes ins Wasser gelassen wurde. Haben Sie in dieser Zeit noch nie damit gehadert, dass Sie sein Grab nicht besuchen können?

Nein, überhaupt nicht. Ich muss gestehen, dass ich Gräber auf traditionellen Friedhöfen nicht gerne besuche. In meiner Wohnung habe ich mehrere Fotos meines Mannes stehen und ich lebe gut mit meinen Erinnerungen an unsere glückliche gemeinsame Zeit. Ich persönlich brauche zum Trauern kein Grab auf einem Friedhof, das ich besuchen kann. Aber mindestens einmal im Jahr, auch wenn das von Coburg aus etwas umständlich ist, fahre ich an die Ostsee und dann mit einem Schiff raus an die Stelle, an der die Urne meines Mannes versenkt wurde.

Im August 2021 haben Sie anlässlich der Seebestattung einer Freundin alles noch einmal erlebt. Welche Gedanken und Gefühle hatten Sie bei dieser Reise?

Es war sehr ergreifend und würdevoll. Es war wieder die MS Undine und wieder der gleiche, sehr einfühlsame Kapitän. Eine Pfarrerin aus Rostock hielt die Trauerrede. Sie hat die Trauergemeinde aufs Tiefste bewegt. Dabei habe ich die würdevolle und sehr individuelle Trauerfeier meines Mannes, aber auch meine anschließenden Ostsee-Besuche noch einmal Revue passieren lassen. Ich habe mich dabei sehr wohl gefühlt, weil ich fest davon überzeugt bin, dass die Beisetzung meines Mannes seinen Wünschen und Vorstellungen entsprach.

Dieter Schäfer
Hospizbegleiter

Wissenswertes zu Seebestattungen

- Seebestattungen sind in Deutschland nur in Nord- und Ostsee, aber nicht in den Binnengewässern erlaubt.
- Eine Seebestattung darf nur durchgeführt werden, wenn ihr eine Feuerbestattung vorausgegangen ist.
- Seebestattungen erfordern eine schriftliche Willenserklärung.
- Die Urne muss vollständig wasserlöslich sein und mit Kies, Sand oder Wasser beschwert werden, damit sie möglichst schnell auf den Meeresboden sinkt.
- Es ist nicht erlaubt, die Asche im Meer zu verstreuen.
- Der Ort der Seebestattung muss außerhalb der Dreimeilenzone und von Fischerei- und Wassersportgebieten liegen. Das Bundesamt für Seeschifffahrt und Hydrographie hat für Nord- und Ostsee über dreißig Stellen als sogenannte Seefriedhöfe ausgewiesen.
- Die Koordinaten der Beisetzungsstelle, die persönlichen Daten des Verstorbenen sowie der Zeitpunkt der Bestattung müssen im Logbuch des Schiffes vermerkt und dem Bundesamt gemeldet werden.
- Das Schiff, auf dem die Urne auf hohe See gebracht wird, muss unter deutscher Flagge fahren.
- Kränze, Blumensträuße, Blumen oder Erinnerungsstücke dürfen nicht ins Wasser geworfen werden – Blütenblätter sind erlaubt.

Seebestattung – Tradition im Norden

von Hospizbegleiterin Kathrin Blechschmidt

Kurt Bodin und Margarethe Caspers aus Ostfriesland haben das Meer als letzte Ruhestätte für sich gewählt. Warum das Paar diese Bestattungsform für sich ausgesucht hat, durfte ich bei einem Gespräch erfahren. Margarethe Caspers, Jahrgang 1935, wuchs in Carolinensiel in der Nähe von Wittmund in einer traditionellen Fischerfamilie auf. Dort lernte sie früh die Naturgewalten von Wasser und Wind kennen. Margarethe Caspers erzählte mir, dass sich die Mahlzeiten danach richteten, was ihr Opa und später auch ihr Bruder Eduard vom Fischfang mit nach Hause brachten: Kabeljau, Heringe, Krabben.

„Im Alter von nur 28 Jahren blieb der Bruder für immer auf See.“

Doch ein tragisches Schicksal ereilte die Familie. Der Bruder von Margarethe Caspers verlor beim Fischen sein Leben. Er war mit dem eigenen Boot und einem Kollegen auf See, als er offenbar das Gleichgewicht verlor und ins Wasser stürzte. Tagelang waren Suchtrupps und Hubschrauber im Einsatz. Ein langes Bangen und Warten begann für die Familie, vergebens. Im Alter von nur 28 Jahren blieb der Bruder für immer auf See.
Deswegen haben sich Kurt Bodin und Margarethe Caspers für eine eigene Seebestattung entschieden. „Im Herzen trage ich meinen lieben Bruder immer bei mir. Ihm nah sein in der Weite des Meeres, in der Ewigkeit der Wellen, mehr braucht es nicht“, so Margarethe Caspers. Und Kurt Bodin ergänzt: „Unsere Kinder und Enkel wohnen zu weit weg, um die Grabpflege zu übernehmen. Die Arbeit wollen wir ihnen ersparen.“

Kathrin Blechschmidt
Hospizbegleiterin

Hospizverein auf Wanderung, 2021, (v.l.n.r. Brigitte Schneider, Sabine Nimz, Annette Hofbauer, Inge Pilipp, Elvira Beck)

Menschen im Hospizverein – Teil 11

Wir stellen vor:
Elvira Beck, Susanne Sachse
und Lisa Stelzner.
von Hospizbegleiter Dieter Schäfer

Elvira Beck – Im Hospizverein gut aufgehoben

Als Elvira Beck vor über zwölf Jahren im Hospizverein Coburg anfing, hatte dieser vielleicht dreißig, maximal vierzig aktive Mitglieder. Heute engagieren sich mehr als neunzig Haupt- und Ehrenamtliche im Verein. „Ich habe damals nur halbtags gearbeitet. Dadurch hatte ich Zeit, eine ehrenamtliche Aufgabe zu übernehmen“, erinnert sich die Hospizbegleiterin.
Elvira Beck ist verheiratet, hat zwei Töchter, drei Enkelkinder, außerdem Haus, Garten und Hund. Trotzdem bleibt ihr noch Zeit für Hobbys. „Neben der Gartenarbeit, die mir sehr viel Spaß macht, gehe ich gerne Wandern. Am liebsten mehrtägig. Mit einer Freundin laufe ich Fernwanderwege“, berichtet sie. Sie liebt es, längere Strecken in Angriff zu nehmen. „Es macht mir mehr Spaß, ein Ziel in mehreren Etappen anzusteuern, als von einem Standort aus mehrere Tage lang loszulaufen und abends zum Ausgangspunkt zurückzukehren“, erzählt Elvira Beck.
Das Organisieren von Wanderungen macht ihr so viel Freunde, dass sie gemeinsam mit der Koordinatorin Annette Hofbauer auch für den Coburger Hospizverein hin und wieder kleinere Ausflüge plant.
Geboren und aufgewachsen ist Elvira Beck in Sindelfingen. Wegen ihrer Ausbildung zur Medizinisch-Technischen Assistentin zog sie nach Tübingen. Danach wechselte sie erneut ihren Wohnort, diesmal nach Mannheim, weil ihr Mann dort studierte. Ein weiterer Umzug stand an, als dieser eine neue Aufgabe in Coburg übernahm. „Seit 1986 wohnen wir jetzt in Coburg. Wir fühlen uns hier wohl und haben viele soziale Kontakte“, so Elvira Beck.
Durch ihren Beruf hatte die Hospizbegleiterin immer Kontakt zu Kranken. „In der Röntgenabteilung habe ich viel gesehen – auch, wie Familien von der Krankheit ihrer Angehörigen betroffen waren. Deshalb wollte ich irgendwann auch in meiner Freizeit etwas Nützliches machen und meinen Mitmenschen etwas zurückgeben“, erzählt Elvira Beck. Sie entschied sich für die ehrenamtliche Hospizarbeit. Nicht zuletzt, weil sie bei ihren eigenen Eltern und Schwiegereltern miterleben musste, wie diese im Alter und durch Krankheiten auf Hilfe angewiesen waren.

„Deswegen wollte ich irgendwann auch in meiner Freizeit etwas Nützliches machen und meinen Mitmenschen etwas zurückgeben.“

Elvira Beck fühlt sich im Hospizverein Coburg sehr gut aufgehoben und will sich noch einige Jahre lang engagieren. Neben der Begleitung einzelner Patienten hat sie sich vor der Corona-Pandemie auch für das Grundschulprojekt „Hospiz macht Schule“ eingesetzt. „Erstaunlich, welche Gedanken sich manche Neun- oder Zehnjährige zum Thema Sterben und Tod machen. Man kann mit ihnen sehr vernünftig darüber sprechen“, sagt sie. Im vergangenen Jahr hat sie zuletzt ein Trauer-Seminar begonnen, denn: „Man hat ja in unserem Alter auch im eigenen Umfeld immer öfter mit Trauerfällen zu tun.“

Elvira Beck mag alle vier Jahreszeiten. Sie mag den Mai, wenn in der Natur wieder alles erwacht, aber auch die Zeit im September, wenn man die Wärme noch genießen kann, die große Hitze aber vorbei ist. Sie genießt das Zusammensein mit ihrer Familie und Freunden, die sie gerne kulinarisch verwöhnt. Kochen ist nämlich ein weiteres Hobby von ihr. Und das Reisen. „Wenn Corona vorbei ist, möchte ich Europa noch ein wenig besser kennenlernen. Mein Mann und ich erkunden gerne gemeinsam fremde Städte und Landschaften“, erklärt sie.

**Mitten im Leben.
Den Menschen ganz nah.**

Susanne Sachse – Von der Musik zum Hospizverein

Ihre Begeisterung für das Singen und die Musik hat Susanne Sachse in die Wiege gelegt bekommen. Geboren wurde sie in Wilhelmshaven. Dorthin waren im zweiten Weltkrieg ihre Eltern mit ihrer sechs Jahre älteren Schwester gezogen. Berlin war ihnen wegen der Luftangriffe zu unsicher geworden. Susanne Sachses Eltern hatten Glück: Nachdem beide in der damaligen Reichshauptstadt als Musiker und Chorsängerin beschäftigt waren, konnten sie auch in Wilhelmshaven ihre Berufe weiter ausüben.
Schon als Kind gab es für Susanne Sachse nur einen Berufswunsch: wie die Mutter in einem Opernchor zu singen. Aber sie besuchte zunächst eine Handelsschule, um anschließend ihren Lebensunterhalt als Buchhalterin zu bestreiten. Ihren Traum gab Susanne Sachse aber nicht auf, und konnte ein paar Jahre später in Oldenburg doch noch Gesang studieren. „Ich habe die ganze Zeit über Geld verdient und auf eigenen Füßen gestanden. Mit einer Festanstellung als Sängerin hat es in Oldenburg dann leider nicht geklappt. Deshalb habe ich mich überall in Deutschland beworben, auch in Coburg. Im Nachhinein muss ich sagen: Dass es im Norden nicht funktioniert hat, war das Beste, was mir im Leben passiert ist“, erzählt Susanne Sachse.
1974 kam sie im Alter von 25 Jahren nach Coburg. Die Anstellung am Landestheater war einer der glücklichsten Momente in ihrem Leben: „Ich habe mich darüber fast noch mehr gefreut als

„Das Praktikum auf der Palliativstation bestärkte Susanne Sachse in ihrer Entscheidung.“

über meine eigene Hochzeit“, sagt sie lächelnd und man merkt, dass Susanne Sachse auch bei früheren Kabarett-Auftritten Erfahrungen gesammelt hat. In der Vestestadt lernte sie ihren Ehemann kennen, der den gleichen Beruf ausübte. Er verstarb früh; das Paar blieb kinderlos.
Noch immer pflegt Susanne Sachse gute Kontakte zu ehemaligen Kolleginnen und Kollegen des Coburger Landestheaters. „Aber das Singen habe ich inzwischen aufgegeben. Ich mache jetzt lieber Handarbeiten“, sagt sie, und zeigt auf ein kunstvoll gesticktes Gobelin-Bild an der Wand ihres Wohnzimmers.
Für Susanne Sachse waren Urlaub und Reisen eher weniger wichtig. Warum? „Ich habe meinen Beruf über alles geliebt habe und wollte gar nicht wegfahren“, sagt sie. Trotzdem hat sie einiges von Europa gesehen: Norwegen, Portugal, Tirol, die Nordsee und den Mittelmeerraum. „Eines Tages hat mich mein Mann mit Flugtickets für eine fünftägige Reise nach New York überrascht“, erinnert sie sich.
Vor rund drei Jahren ist Susanne Sachse zum Hospizverein Coburg gestoßen. „Ein befreundetes Ehepaar nahm mich mit zu einem Informationsabend. Wir drei entschieden uns danach für eine Schulung zum Hospizbegleiter und Hospizbegleiterin.“ Das Praktikum auf der Palliativstation bestärkte Susanne Sachse in ihrer Entscheidung.
Seitdem begleitet sie schwerkranke und sterbende Menschen – meist im Ernst-Faber-Haus, in dessen Nachbarschaft sie seit Oktober 2021 wohnt. Corona erschwert ihr Engagement in der Einrichtung. Auch sonst ist es eine herausfordernde Tätigkeit: „Schwierig ist es für mich dann, wenn eine Kommunikation mit dem Patienten oder dem Altenheimbewohner nicht mehr möglich ist. Mit einem ALS-Patienten konnte ich mich nicht mehr unterhalten, aber es hat ihm geholfen, wenn ich ihm die Zeitungsseiten umgeblättert habe“, erzählt die Hospizbegleiterin.
Susanne Sachse ist optimistisch und akzeptiert Dinge, die sie nicht ändern kann. Sie ist ein gläubiger Mensch und beschäftigt sich natürlich hin und wieder auch mit der eigenen Endlichkeit: „Die bereitet mir keine Angst. Ich bin überzeugt, das Beste kommt erst noch, wenn wir gestorben sind. Aber nicht auf dieser Welt.“

hospizverein coburg

Lisa Stelzner – Mit Leib und Seele sozial

Auf die Idee, sich im Hospizverein Coburg zu engagieren, kam Lisa Stelzner, nachdem sie ihre Patentante bis zu deren Tod intensiv betreut hatte. „Ich finde es furchtbar, wenn Menschen im Alter oder wenn sie schwer erkranken alleine sind“, sagt sie. Als ihre Tante die letzten Wochen im Coburger Krankenhaus verbringen musste, hat Lisa Stelzner sie jeden Tag besucht. Sie arbeitet im Krankenhaus und konnte in jeder Pause oder direkt nach Feierabend bei der Tante vorbeischauen. Kurz nach dem Tod der Patentante las sie in der Zeitung vom Schulungsangebot des Hospizvereins. Es war noch ein Platz frei, und so begann Lisa Stelzner vor rund zwei Jahren die Schulung zur Hospizbegleiterin. „Und weil für mich das Thema Trauerbewältigung zum Hospizgedanken dazu gehört, habe ich letztes Jahr auch noch eine Fortbildung zum Thema Trauer begonnen“, so Lisa Stelzner. Aufgewachsen ist die 1990 geborene Hospizbegleiterin in einem kleinen Dorf in der Nähe von Seßlach. „Merlach hat nur achtzig Einwohner, aber es war eine wunderbare Kindheit. Ständig waren meine jüngere Schwester und ich mit den anderen Kindern des Ortes zusammen, haben gemeinsam gespielt und sind herumgetollt. Jeder kannte jeden“, erinnert sie sich. Zum Kindergarten und zur Grundschule musste sie nach Gemünda, zur Hauptschule nach Seßlach fahren. Ab der 7. Klasse besuchte sie den Mittelschul-Zweig der Rückert-Schule in Coburg. „Für mich stand immer fest, dass ich einen Beruf im sozialen Bereich erlernen und ausüben wollte“, so Lisa Stelzner. Und es hat geklappt: Sie bekam eine Ausbildungsstelle als Medizinische Fachangestellte. „Mein absoluter Traumberuf!“, betont sie. Nach der Ausbildung wurde ihr eine Stelle im Coburger Klinikum angeboten. Seit rund sieben

„Mein Lebensmotto ist: Nicht aufgeben, immer nach vorne schauen.“

Jahren arbeitet sie dort als Chefarzt-Sekretärin und schwärmt: „Es macht mir sehr viel Spaß. Ich freue mich jeden Tag auf meine Arbeit.“

Seit Dezember 2021 ist Lisa Stelzner verheiratet. Familie ist für sie das Wichtigste: „Meine Schwester ist gleichzeitig meine beste Freundin. Und ich wünsche mir auch eigene Kinder.“ Trotz Vollzeit-Job, Haus, Garten und Hospizverein bleibt ihr noch Zeit für andere Aktivitäten. Einmal pro Woche singt sie im Chor. Gemeinsam mit ihrem Mann ist sie gerne an der frischen Luft – im Garten oder unterwegs mit dem Fahrrad. „Wir gehen auch gerne Wandern, zum Beispiel in Südtirol. Und wir nehmen hin und wieder an speziellen Weinseminaren teil, bei denen dann unter fachlicher Anleitung die jeweiligen Weine der Region verkostet werden“, erzählt sie von ihren Freizeitaktivitäten.

Lisa Stelzner steht für eine Menge Optimismus. „Mein Lebensmotto ist: Nicht aufgeben, immer nach vorne schauen!“ Seit Mai 2021 begleitet sie einen 72-jährigen ALS-Patienten. „Gut ist, dass ich noch mit ihm kommunizieren kann. Wenn ich bei meinen Besuchen sehe, wie gut ihm unsere Gespräche tun, bin ich sehr zufrieden mit meiner Entscheidung für die Hospizbegleitung. Ich selbst profitiere ebenfalls davon, weil ich jedes Mal die Dankbarkeit spüre.“ Und sie ergänzt: „Ich bin auch sehr dankbar, dass ich vom Coburger Hospizverein so gut aufgenommen wurde. Mir gefällt die familiäre und herzliche Atmosphäre.“

Dieter Schäfer
Hospizbegleiter

Hospizbegleiterseminar 2022

Möchten auch Sie sich gerne intensiver mit unserer Arbeit und den Themen rund um Krankheit, Sterben, Tod und Trauer auseinandersetzen? Unser Hospizbegleiterseminar ab Herbst 2022 dient der persönlichen Orientierung, im Anschluss sprechen wir über eine eventuelle ehrenamtliche Tätigkeit.

Ehrenamt Hospizbegleitung

- Sie unterstützen Schwerstkranke, Sterbende und deren Angehörige im häuslichen Umfeld und in stationären Einrichtungen
- Sie nehmen sich Zeit für Gespräche und tragen schwere Situationen mit. Sie bieten den Familienangehörigen ihre Unterstützung an. Sie versuchen, Freude in den Alltag der Erkrankten zu bringen. Dazu gehört vielleicht Vorlesen, Musik hören, gemeinsam Fotos anschauen – oder stilles Da-Sein.
- Sie geben praktische Hilfe im Alltag und stehen den Menschen bei. Pflegerische Tätigkeiten oder Hilfe im Haushalt gehört nicht zu Ihren Aufgaben.
- Sie besitzen die Mitgefühl und die Bereitschaft zu Zuwendung im Umgang mit Menschen. Außerdem ist Taktgefühl sowie die Fähigkeit zu intuitivem, verantwortlichem und mitmenschlichem Verhalten unabdingbar.
- Grundlage zur hospizlichen Begleitung und ehrenamtlichen Arbeit im Hospizverein Coburg ist die Teilnahme am Hospizbegleiterseminar.

Gerne informieren wir Sie vorab über dieses Seminar. Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einen Termin mit uns. Wir nehmen Ihre Kontaktdaten gerne in unsere Interessentenliste auf.

Tel. 09561 790533
mail@hospizverein-coburg.de

Er kann „so was“

Patrick Kraus, 26 Jahre alt, ist Experte für den Coburger Friedhof.
von Cornelia Stegner

Nein, er hat nicht einen ganzen Kleiderschrank voller schwarzer Anzüge. „Ich habe genau zwei“, lächelt Patrick Kraus. Der junge Mann arbeitet im Friedhofsamt der Stadt Coburg. Gerade einmal 26 Jahre alt, hatte er schon sehr viel mit dem Tod zu tun. Einen schwarzen Anzug braucht er, wenn er zum Beispiel eine Urne zur Grabstelle trägt. Ansonsten zieht er auf der Arbeit an, was junge Menschen eben so anziehen: Jeans, Sneaker und Pulli. Und er tut in seiner Freizeit das, was viele andere junge Menschen auch gerne machen: „Ich gehe ins Fitnesscenter, spiele Fußball, treffe meine Freundin und Freunde“, erzählt er. Feiern im Club sei allerdings noch nie sein Ding gewesen, auch vor Corona nicht.

„Ich erlebe tagtäglich, wie schnell es vorbei sein kann, auch für junge Menschen.“

Wie kommt man zu diesem Beruf? „Das muss wohl in der Familie liegen. Mein Uropa hat nach dem Krieg bereits im Krematorium gearbeitet und auch mein Onkel ist am Friedhofsamt tätig“, erzählt Patrick Kraus. Schon mit 15 Jahren hat er im Praktikum als Gärtner auf dem Friedhof geholfen. „Das hat mir viel Freude bereitet“, so Patrick Kraus weiter. Nach der Ausbildung zum Gärtner im Zierpflanzenbau folgte eine Weiterbildung zum Verwaltungsfachangestellten in der Friedhofsverwaltung, die er in diesen Wochen abschließen will.
Dass der weitläufige und parkähnliche Friedhof auf dem Glockenberg der richtige Arbeitsort für ihn ist, ist sich Patrick Kraus sehr sicher. „Mir wurde schon öfters gesagt, dass ich eine sehr soziale Ader habe und dass es mir leicht fällt, mich in andere Menschen hineinzuversetzen“, so der Coburger. Es mache ihm Freude, für Angehörige in ihrer Trauer da zu sein.

Außerdem werde es ihm hier möglich gemacht, auch mit seiner gesundheitlichen Einschränkung gut zu arbeiten. Im Alter von 9 Jahren wurde bei Patrick Kraus Morbus Crohn, eine chronische Erkrankung des Verdauungssystems, diagnostiziert. „Mir geht es gut, ich bin damit aufgewachsen und komme zurecht“, so Patrick Kraus. Er habe durch seine Krankheit gelernt, verantwortungsbewusst mit sich selbst umzugehen.
In seinem Umfeld ist sein besonderer Beruf heute kaum noch Gesprächsthema. Weder bei seinem WG-Mitbewohner, noch bei seiner Freundin. „Als wir uns kennengelernt haben, war sie schon etwas überrascht, dass ich ‚so was‘ kann“, erinnert er sich. So etwas – damit meinte sie nicht zuletzt auch die Arbeit im Krematorium. Denn die gehört dazu, neben der Terminvergabe für Trauerfeiern, der Besichtigung von Grabstellen und der Bearbeitung von Daten am Computer. Der Vorgang des Kremierens, also der Einäscherung des Leichnams, ist Patrick Kraus vertraut. Er erinnert sich an seinen ersten Fall: „Das war ein verstorbener Arbeitskollege“. Ob er durch seinen Beruf besser auf den Umgang mit dem Tod vorbereitet ist? Diese Frage kann Patrick Kraus auf alle Fälle mit „ja“ beantworten. Über seine eigene Endlichkeit macht er sich aber nur insofern Gedanken, dass er sein Leben genießen will, so gut es geht. „Ich sehe tagtäglich, wie schnell es vorbei sein kann, auch für junge Menschen“, so Patrick Kraus.

Cornelia Stegner
Journalistin

Besondere Orte, ganz nah

„Die Blumen des Frühlings sind die Träume des Winters“, sagte einst der Maler, Philosoph und Dichter Khalil Gibran.

Der traumhaft schöne Garten von Carola Rückert lädt zu allen Jahreszeiten zum Träumen ein.

Garten(t)räume und Kunst

Ein Interview mit Carola Rückert

Der Thieracher Garten liegt mitten in der Natur. Auf 6000 Quadratmetern finden sich individuell gestaltete Themenbereiche und Kunstwerke. Ob zum Innehalten, zum Krafttanken oder zum Loslassen, hier können Besucherinnen und Besucher einzigartige Gartengestaltung auf sich wirken lassen.

Frau Rückert, wie hat alles angefangen?

Begonnen hat alles vor knapp 40 Jahren. Nach Fertigstellung des Hauses ging es an die Gartengestaltung. Ich wünschte mir einen schönen Garten, und so fing ich einfach an. Ich hatte keine Ahnung vom Gärtnern und musste bei Null anfangen. Es gab nur eine Wiese. Bei diesem „Learning by doing" blieben auch Misserfolge nicht aus. Aber ich war motiviert von Büchern über Gartengestaltung und Reisen nach Holland und England. Auch der Austausch mit anderen Gartenfreundinnen half mir, nicht aufzugeben.

Wie entwickelte sich Ihr Garten im Laufe der Jahre?

Nach und nach entstanden verschiedene Gartenräume wie der Senk-Garten, der Geheime Garten, der Mondschein-Garten und anderes mehr. Es kam eins zum anderen. Auch die Kunst zog schließlich ein. Die erste Ausstellung zeigte am Badeteich unter anderem die "Schachtelhalmdame", eine grazile Keramikfigur einer Kulmbacher Künstlerin. Diese Figur steht auch heute noch unverändert an ihrem Platz und hat für mich eine ganz besondere Bedeutung. Zwanzig Jahre später sind viele weitere Skulpturen und Plastiken eingezogen.

Warum ist Ihnen der Garten so wichtig?

Die Natur ist und bleibt meine große Leidenschaft. Der Garten ist meine Kunst. Ich kann meiner Kreativität freien Lauf lassen und die Pflanzen nach Farben und Art zusammenführen, sanfte Formen, Kreise und Spiralen einbinden, Hecken für Ordnung und Struktur verwenden, Wasser für Balance und Gleichklang einsetzen. Ich kann der Erde dankend gegenüber stehen, für den Reichtum, den sie uns schenkt.

Was für einen Auftrag verbinden Sie mit Ihrem Garten?

Natur und Kunst vereint in einem Gartenparadies! Ich hatte von Anfang an die Idee, abgeschlossene Räume zu kreieren, unterteilt nach Themenbereichen, so dass man von einem Raum in den anderen gehen kann.

Haben Sie Tipps für Menschen, die selbst gärtnerisch aktiv werden wollen?

Man darf sich nicht entmutigen lassen und seinen Traum nicht aus den Augen verlieren. Mit viel Geduld und Durchhaltevermögen kann man es auch schaffen.

Kann sich jeder den Thieracher Garten anschauen?

Jedes Jahr öffnet der Thieracher Garten seine Tore für Besucherinnen und Besucher, alle sind herzlich eingeladen. Ob individuelle Führungen oder Feierlichkeiten, Schulungen, vertrauliche Besprechungen, bei uns ist alles möglich. Dafür stehen das Teehaus und der Pavillon zur Verfügung, auch mit individueller Verkostung.

Können Sie uns noch etwas über Ihren Verein Hyazinth e.V. erzählen?

Im Jahre 2004 gründeten mein Mann und ich den Gartenkunst-Verein Hyazinth e.V., der Ausstellungen und Konzerte im Thieracher Garten organisiert. Wir möchten zeitgenössischen, professionellen Künstlerinnen und Künstlern die Möglichkeit von Ausstellungen und der Begegnung mit interessierten Menschen bieten. Der Einklang von Kunst und Gartenkunst liegt uns besonders am Herzen. Wir freuen uns über neue Mitglieder im Verein.

www.gartenundkunst-thierach.de
www.hyazinth.com

Kathrin Blechschmidt
Hospizbegleiterin

Die hat doch eine Meise!

Über eine tierische Begegnung und deren Folgen berichtet Hospizbegleiterin Petra Els-Roschlau.

Stimmt! Besser gesagt: Ich hatte eine Meise. Ich hatte es zuerst nicht bemerkt, doch plötzlich piepste es eines Tages bei mir in meinem Büro. Kaum hatte ich das Geräusch vernommen, da umflatterte mich auch schon der aufgeregte Verursacher des Pieptons. Eine kleine Meise hatte sich in unser Haus verirrt!
Wie konnte das geschehen? Und wie schaffe ich es, den kleinen Vogel unbeschadet wieder in die Freiheit zu entlassen, um noch rechtzeitig den dringenden Termin beim Zahnarzt wahrnehmen zu können?
Die kleine Meise jedoch machte es mir einfacher, als zunächst befürchtet. Kaum öffnete ich die Terrassentür, flüchtete sie auch schon in Richtung Garten und in den nächsten Baum. Ich sah ich ihr erleichtert hinterher – beeindruckt von der Leichtigkeit, mit der sie so schnell die Freiheit finden konnte. Das Problem war offensichtlich gar keines, sondern hatte sich nur in meinen Befürchtungen dazu aufgetürmt, wie es eben so oft in den verschiedensten Situationen im Leben geschieht.
Der kleine Vogel hinterließ Eindruck bei mir. Auf dem Weg zur Zahnarztpraxis und später im Wartezimmer beschäftigte mich noch immer der unerwartete Besuch. Wie kommt man eigentlich dazu, jemandem Spinnerei und Verwirrtheit zu unterstellen, indem man sagt: „Der hat doch eine eine Meise!“? Die Gesellschaft für Deutsche Sprache e.V. informierte mich bei einer Internet-Recherche darüber, dass die Redensart, jemand habe eine Meise oder “einen Vogel“, von einem einst verbreiteten Volksglauben herrührt, wonach Geisteskrankheiten durch das Nisten von Vögeln im Kopf hervorgerufen würden.
Das Internet hatte Unmengen an weiteren Informationen über die Meise für mich: Von den verschiedenen Arten, deren Gewicht, Länge und Federkleid wurde genauso berichtet wie über die Brutzeit und den Gesang. Bei einer Webseite, die sich mit schamanischen Krafttieren* beschäftigt, blieb ich hängen. Ich las, dass die Meise als ein verspielter Glücksbringer und als Stimmungsaufheller gilt, der die Menschen an die Lebensfreude erinnern will. Keck, neugierig und spontan vertreibe dieser kleine Symbolträger Phlegmatismus und verhelfe wieder zur geistigen und körperlichen Flexibilität und wecke die Neugierde aufs Leben und das allgemeine Weltgeschehen.
Je länger ich darüber nachdachte, desto mehr wurde mir bewusst, dass ich mich in den vergangenen Monaten körperlich und mental sehr ausgebremst gefühlt habe. Die Corona-Pandemie hatte mich, meine Familie und meine näheren und weiteren Bekannt- und Freundschaften eingegrenzt und das Leben und damit viele Glücksmomente und unbeschwerte Lebensfreude sehr beschränkt. Ich spürte Sehnsucht, aus der gewohnten Routine auszubrechen und die Weite und Vielfalt des Lebens auf neue Art für mich zu entdecken. Dieser kleine, lebhafte Vogel, der so plötzlich in mein Haus geflogen kam und damit buchstäblich frischen Wind mit sich brachte, machte mir die Einschränkungen der vergangenen Wochen und Monate so richtig bewusst.
Übrigens: Die Internetseite informierte auch darüber, dass in der keltischen Mythologie die Meise eng mit der Kunst in Verbindung stand. Sie soll Dichtern geholfen haben, die richtigen Worte zu finden.
Ich gebe zu, ich hatte gerne eine Meise. Und mit Sicherheit werde ich tierischen Begegnungen zukünftig mehr Aufmerksamkeit schenken. Hat mich doch mein flüchtiges Vogelerlebnis bereits dazu inspiriert, diese Geschichte hellwach am nächsten Morgen aufzuschreiben.

„Je länger ich darüber nachdachte, desto mehr wurde mir bewusst, dass ich mich in den vergangenen Monaten körperlich und mental sehr ausgebremst gefühlt habe.“

*www.schamanische-krafttiere.de

Petra Els-Roschlau
Hospizbegleiterin

Neue Bücher

Die Kraft der Trauer

Das ist ein schönes Buch über den Tod. Kann ich das überhaupt so schreiben? Ich tue es. Louise Brown zieht mich in ihr Empfinden hinein. Ich spüre ihre Balance zwischen Nähe und Abgrenzung zu den Menschen, die sie als Trauerrednerin betreut. In ihren Reden erzählt sie Geschichten von den Verstorbenen, die die Angehörigen erinnern lassen, manchmal auch schmunzeln. Diese gemeinsame Nähe, die sie damit in den Familien erzeugt, lässt die Trauer leichter tragen. Sie gründete das erste „Death Café" in Deutschland. Dort schuf sie einen Ort, wo man bei Tee und Kuchen über den Tod reden und Fragen stellen kann. Sie erzählt auch über ihre eigene Trauer um ihre Eltern. Es hat sie stark geprägt, als der Tod unvorbereitet in ihr Leben eingefallen ist. Die Autorin musste sich fragen, wer sie als Trauernde und als Mensch ist und was ihr nach dem Verlust bleibt und hilft. Erst als sie den Tod als Teil des Lebens akzeptiert hat, verstand sie, dass er viel über Krankheit und Gesundheit, Kraft und Verletzlichkeit, Schicksal und Selbstbestimmung lehrt.

Louise Brown, Was bleibt, wenn wir sterben, Diogenes, ISBN: 978-3-257-07176-4, 22 Euro

Es gibt Hoffnung!

"Denn wenn man Zuversicht verlieren kann, bedeutet das auch: Man kann sie wiederfinden!", sagt Melanie Wolfers. In Zeiten der Corona-Pandemie verzieht sich meine Zuversicht manchmal in dunkle Ecken. Mit dem Buch habe ich ein Licht in der Hand, um sie zu suchen. Es beleuchtet, was Zuversicht eigentlich ist, was sie blockiert, was sie nährt und uns hilft und aufbaut. Allein mit der Aufmerksamkeit für meinem Körper kann ich viele positive Impulse aktivieren. Ich wusste auch nicht, dass es ein „Hoffnungsbarometer" gibt. Freunde, Familie und die Natur sind die wichtigsten Quellen für Hoffnung und Zuversicht. Mir macht es Spaß, in diesem Buch zu lesen. Es hilft mir wirklich. Ich finde es auch wunderbar, wenn ich Zuversicht mit einem hübschen, kleinen, strahlenden Buch weitergeben und verschenken kann.

Melanie Wolfers, Zuversicht. Die Kraft, die an das Morgen glaubt, erschienen bei bene!, ISBN: 978-3-963-40206-7, 14 Euro

Buchtipps von:
Karla Hahnemann, Buchhändlerin

Verschriftlichter Podcast

David Roth sagt: „Bestatter sein ist der schönste Beruf". Übernommen hat er das Bestattungshaus Pütz-Roth von seinem Vater, der sich als mutiger und kreativer Bestatter einen Namen gemacht hat. Innovativ, modern, empathisch, ehrlich und echt geht es in ihrem Bestattungshaus zu. Jedes neue Buch von ihm macht mich neugierig. Und so bin ich auch auf diesen Titel gestoßen.
David Roth hat einen Podcast, in dem er Fragen zu den unterschiedlichsten Themen beantwortet. Ein Teil dieser Podcast-Folgen wurde nun in einem Buch verschriftlicht. Allerdings liest sich die häufige Frage-und-Antwort-Form mit der Zeit anstrengend, auch wiederholen sich oftmals Antworten in den verschiedenen Themenbereichen, was in den Podcast-Gesprächen jedoch nicht störend auffällt.
So bin ich froh, über dieses Buch auf seine Podcast-Reihe aufmerksam geworden zu sein und empfehle diese noch vor seinem Buch, welches jedoch auch wieder lesenswert ist.

David Roth, Let's talk about Tod. 50 Fragen zu Sterben, Tod und Bestattung, ISBN: 978-3-579-07179-4, Gütersloher Verlagshaus, 20 Euro

Klare und ehrliche Worte

Können wir uns auf das Sterben und den Tod vorbereiten?
Eine renommierte Palliativmedizinerin und ein Hospiz-Experte beantworten 99 Fragen rund um diese Themen. In acht thematischen Kapiteln – von Diagnosestellung bis hin zu hilfreichen Adressen deckt dieses Buch häufige Fragestellungen ab. Die Autoren gehen in klaren und ehrlichen Worten, leicht verständlich, ohne Ängste zu wecken und empathisch auf die Themen ein. Einzig die Gendersprache hindert etwas den Lesefluss.

Prof. Dr. Claudia Bausewein, Rainer Simader, 99 Fragen an den Tod. Leitfaden für ein gutes Lebensende, ISBN: 978-3-426-27824-6, Verlag Droemer, 20 Euro

Buchtipps von:
Barbara Brüning-Wolter, Koordinatorin

Impressum

Kontakt
Hospizverein Coburg e.V.
Bahnhofstraße 36
96450 Coburg
Tel. 09561 790533
mail@hospizverein-coburg.de
www.hospizverein-coburg.de

Spenden
Alle Hospizbegleiter und der gesamte Vorstand arbeiten ehrenamtlich und für alle Hilfesuchenden kostenlos. Unsere Arbeit ist ohne finanzielle Unterstützung nicht möglich. Der Verein ist gemeinnützig und finanziert sich überwiegend aus Mitgliedsbeiträgen und Spenden. Diese Spenden helfen Hospizbegleitern, die Lebensqualität der Sterbenden und ihrer Familien zu erhalten. Sie sorgen dafür, dass niemand einsam und alleine sterben muss und unterstützen Hinterbliebene in Zeiten der Trauer.

Spendenkonto
Hospizverein Coburg e.V.

Sparkasse Coburg-Lichtenfels
IBAN: DE86 7835 0000 0000 7616 19
BIC: BYLADEM1COB

VR-Bank Coburg eG.
IBAN: DE89 7836 0000 0003 9162 43
BIC: GENODEF1COS

Für die großzügige Unterstützung unserer Arbeit danken wir der

KARIN SCHÖPF STIFTUNG

hospizverein coburg

Hospizverein Coburg e.V.
Bahnhofstraße 36
96450 Coburg
Tel. 09561 790533
mail@hospizverein-coburg.de
Amtsgericht Coburg VR 749

Redaktion
Cornelia Stegner, Büro für Kommunikation

Gestaltung
Florian Bangert Gestaltung

Bildnachweis
Hospizverein Coburg, Annette Hofbauer, Pixabay, Cornelia Stegner, Carola Rückert, Hagen Lehmann, Kathrin Blechschmidt, Verlag Diogenes, bene!, Gütersloher Verlagshaus, Droemer

Alle Urheberrechte dieser Publikation oder aus Teilen davon sind vorbehalten. Jede Verwendung oder Verwertung bedarf der Zustimmung des Hospizvereines Coburg e.V.. Der Inhalt dieses Heftes wurde sorgfältig geprüft. Dennoch übernehmen Autorinnen, Redaktion und Herausgeber keine Haftung für die Richtigkeit der Inhalte.